



DHAMMAVIHĀRĪ  
BUDDHIST STUDIES

# Mahāsatipaṭṭhāna Sutta (1) : Sinopsis

*Uddesa*  
(MN 10.9)

# Prolog

*Evam me sutam — ekam samayam bhagavā  
kurūsu viharati kammāsadhammam nāma  
kurūnam nigamo.*

(Demikianlah yang telah saya dengar—pada suatu waktu Guru Agung tinggal diantara para Kuru. [Di sana terdapat] sebuah kota pasar yang bernama Kammāsadhamma).

*Tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi —  
“bhikkhavo”ti. “bhaddante”ti te  
bhikkhū bhagavato paccassosum.  
bhagavā etadavoca —*

(Di sana, Guru Agung menyapa para *bhikkhu*, “Para *bhikkhu*...” *Bhikkhu-bhikkhu* tersebut menjawab Guru Agung, “Yang Mulia.” Guru Agung berkata ini: ...)

*Ekāyano ayam, bhikkhave, maggo sattānaṃ  
visuddhiyā, sokaparidevānaṃ samatikkamāya  
dukkhadomanassānaṃ atthaṅgamāya ñāyassa  
adhigamāya nibbānassa sacchikiriyāya, yadidaṃ  
cattāro satipaṭṭhānā.*

(Para *bhikkhu*, inilah jalan-tunggal untuk kesucian para makhluk, untuk *penanggulangan* kesedihan dan ratap-tangis, untuk kemusnahan rasa sakit-jasmani dan dukacita, untuk pencapaian metode yang benar, untuk *realisasi Nibbāna*, inilah yang disebut empat fondasi untuk perhatian penuh.)

*Katame cattāro?*

**(Apakah keempatnya?)**

*Idha, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati  
ātāpī sampajāno satimā vineyya loke  
abhijjhādomanassaṃ,*

**(Di sini, para *bhikkhu*, seorang *bhikkhu*, setelah menyingkirkan nafsu ketamakan dan perasaan tidak senang di dunia, berdiam sebagai pengamat tubuh di dalam kaitannya dengan tubuh; gigih, dengan pemahaman yang jernih, berperhatian-penuh).**

*Vedanāsu vedanānupassī viharati ātāpī  
sampajāno satimā, vineyya loke  
abhijjhādomanassaṃ,*

(Setelah menyingkirkan nafsu ketamakan dan perasaan tidak senang di dunia, berdiam sebagai pengamat perasaan-perasaan di dalam kaitannya dengan perasaan-perasaan; gigih, dengan pemahaman yang jernih, berperhatian-penuh),

*Citte cittānupassī viharati ātāpī  
sampajāno satimā vineyya loke  
abhijjhādomanassaṃ.*

(Setelah menyingkirkan nafsu ketamakan dan perasaan tidak senang di dunia, berdiam sebagai pengamat batin di dalam kaitannya dengan batin; gigih, dengan pemahaman yang jernih, berperhatian-penuh).

*Dhammesu dhammānupassī viharati ātāpī  
sampajāno satimā vineyya loke  
abhijjhādomanassaṃ. Uddeso niṭṭhito*

(Setelah menyingkirkan nafsu ketamakan dan perasaan tidak senang di dunia, berdiam sebagai pengamat *dhamma-dhamma* di dalam kaitannya dengan *dhamma-dhamma*; gigih, dengan pemahaman yang jernih, berperhatian-penuh). Sinopsis selesai.



- Cerita tentang 30 *bhikkhu* yang, setelah “mengambil” subjek meditasi dari Begawan, pergi ke *vihāra* hutan untuk *vassa*.

- Pītamalla Thera, ketika masih menjadi umat mendengar cuplikan dari kitab tentang “*bukan milikmu*” sebagai berikut:

• “Para *bhikkhu*, fenomena materi bukan milikmu. Singkirkanlah itu. Penyingkiran tersebut akan menjadi (untuk) manfaat dan kebahagiaanmu dalam waktu yang lama.” (*“rūpaṃ, bhikkhave, na tumhākaṃ, taṃ pajahatha, taṃ vo pahīnaṃ dīgharattaṃ hitāya sukhāya bhavissatī”*ti)

•Selanjutnya, Sakka, raja para dewa, setelah melihat lima macam pertanda, ketakutan oleh kematian dan dilanda dukacita, mengunjungi Buddha dan bertanya sebuah pertanyaan *(sakko pana devānamindo attano*

*pañcavidhapubbanimittam disvā maraṇabhayasantajjito domanassajāto bhagavantam upasaṅkamitvā pañham pucchi).*

•Juga, Subrahma *Devaputta* mengalami keberhasilan hidup di surga di kelilingi oleh seribu bidadari. Berkaitan dengan hal tersebut, lima ratus bidadari, ketika memetik bunga-bunga dari sebuah pohon, meninggalkan dunia dan lahir di neraka. (*subrahmāpi*

*devaputto accharāsahassaparivuto saggasampattiṃ anubhoti. tattha pañcasatā accharāyo rukkhato pupphāni ocinantiyo cavitvā niraye uppannā*)

- “Batin ini senantiasa dicekam oleh rasa takut, hati ini senantiasa terusik berkaitan dengan kesulitan yang belum muncul dan juga yang akan segera muncul. Seandainya ada tempat yang bebas dari rasa takut, akankah Anda memberitahu saya?”

•Buddha: “*Selain faktor-faktor pencerahan (yang dikembangkan) melalui praktik pengekekangan-diri, selain pengendalian indra-indra, selain pelepasan-total; saya tidak melihat adanya keselamatan untuk para makhluk.*” (*“nāññatra bojjhā tapasā, nāññatrindriyasamvarā. nāññatra sabbanissaggā, sotthim passāmi pāṇinan”*ti.)

- Untuk pencapaian metode yang benar: Jalan Mulia yang memiliki delapan unsur dikatakan sebagai metode yang benar. Oleh karena, di bagian awal ini, jalan *satipaṭṭhāna* duniawi yang telah dikembangkan menuntun pada pencapaian Jalan adiduniawi. *(ayañhi pubbhāge lokiyo satipaṭṭhānamaggo bhāvito lokuttaramaggassa adhigamāya samvattati)*



- **Untuk merealisasi *Nibbāna*:**  
dikatakan demikian “untuk merealisasi keadaan tanpa-kematian yang harus dialami sendiri, yang memperoleh nama “*Nibbāna*” karena kekosongannya dari nafsu-keinginan/kehausan yang menjahit (agregat dengan agregat, akibat dan sebab, penderitaan dan makhluk).

*(taṇhāvānavirahitattā nibbānanti laddhanāmassa amatassa sacchikiriyāya, attapaccakkhatāyāti vuttaṃ hoti.)*

• “Setelah mendengar kalimat yang memuji (*satipaṭṭhāna*), para *bhikkhu* ini akan berpikir bahwa jalan ini benar-benar menghancurkan “empat malapetaka,” yaitu kesedihan yang lahir dari hati yang tersiksa, ratap-tangis yang bercirikan ratapan, sakit-tubuh jasmani yang terbentuk dari penderitaan yang berkaitan dengan tubuh jasmani dan dukacita yang lahir dari pikiran yang tidak menyenangkan. . . .

*(vaṇṇabhāsanañhi sutvā te bhikkhū “ayaṃ kira maggo hadayasantāpabhūtaṃ sokaṃ, vācāvippalāpabhūtaṃ paridevaṃ, kāyikāsātabhūtaṃ dukkhaṃ, cetasikāsātabhūtaṃ domanassanti cattāro upaddave hanati)*

- ...Dan membawa tiga pencapaian spiritual yang luar biasa, yaitu kesucian (*visuddhi*), pengetahuan (*ñāṇa*) dan *Nibbāna*.”

- Inilah yang disebut empat fondasi untuk perhatian penuh: *empat* adalah batasan angkanya; dengan ini beliau menjelaskan batasan *satipaṭṭhāna* tidak di bawah dan tidak di atasnya. (*cattāroti*

*gaṇanaparicchedo. tena na tato heṭṭhā, na uddhanti satipaṭṭhānaparicchedaṃ dīpeti).*

• Jadi, *satipaṭṭhāna* adalah (1) fondasinya *sati*; yang dimaksud dengan fondasi adalah tempat untuk mengerahkan daya-upaya. Dengan demikian, *satipaṭṭhāna* adalah tempatnya *sati*; seperti dalam kalimat “*tempat untuk gajah, tempat untuk kuda dan lain-lain.*” (*satiyā paṭṭhānaṃ satipaṭṭhānaṃ, padhānaṃ ṭhānanti vā paṭṭhānaṃ. satiyā paṭṭhānaṃ satipaṭṭhānaṃ hatthiṭṭhānāssaṭṭhānādīni viya.*)

- **Fondasi untuk *sati***: tiga macam fondasi untuk *sati*, yaitu (1) wilayah penjelajahan *sati*; (2) tiga jenis kebencian dan keramahan berkaitan dengan perilaku para murid yang telah dilampaui Guru; (3) *sati*.

• Tubuh adalah pelayanan, bukan *sati*. Akan tetapi *sati* adalah pelayanan dan sekaligus juga *sati*.

*[“kāyo upaṭṭhānaṃ no sati, sati pana upaṭṭhānañceva sati cā”tiādīsupi (paṭi. ma. 3.35)]*

# Salāyatanavibhaṅgasutta (MN 137)

- Terdapat tiga fondasi untuk *sati* yang orang mulia mempraktikkannya; orang mulia yang mempraktikkannya adalah seorang guru yang layak menasihati sebuah kelompok—demikianlah hal ini telah dikatakan. Dan berdasarkan apa hal tersebut dikatakan? (*tayo satipaṭṭhānā yadariyo sevati, yadariyo sevamāno satthā gaṇamanusāsitumarahatī'ti — iti kho panetaṃ vuttaṃ; kiñcetaṃ paṭicca vuttaṃ?*)



(i) Di sini, para *bhikkhu*, disebabkan oleh rasa kasihan dan mengharapkan kesejahteraan mereka, Guru mengajarkan *Dhamma* karena kasih — “*Ini untuk kesejahteraan kamu, ini untuk kebahagiaan kamu.*” (*idha, bhikkhave, satthā sāvakānaṃ dhammaṃ deseti anukampako hitesī anukampaṃ upādāya — ‘idaṃ vo hitāya, idaṃ vo sukhāyā’ ti.*)

- Para murid-Nya tidak mendengarkan, tidak menempatkan telinga, tidak menghadirkan pikiran untuk memahaminya, mereka *‘berjalan dan membelok’* dari ajaran Guru. (*‘idaṃ vo hitāya, idaṃ vo sukhāyā’ ti. tassa sāvakā na sussūsanti, na sotaṃ odahanti, na aññā cittaṃ upaṭṭhapenti, vokkamma ca satthusāsanā vattanti.*)

• Dalam hal ini, para *bhikkhu*, Tathāgata tidak menjadi jengkel dan juga tidak merasakan kejengkelan; maka dia berdiam tidak dipenuhi nafsu, penuh-perhatian dan menyadari sepenuhnya. Inilah, para *bhikkhu*, fondasi untuk *sati* yang pertama yang orang mulia mempraktikkannya, orang mulia yang mempraktikkannya adalah seorang guru yang layak menasihati sebuah kelompok.

(ii) Lebih jauh lagi...beberapa muridNya tidak mendengarkan, tidak menempatkan telinga, tidak menghadirkan pikiran untuk memahaminya, mereka *'berjalan dan membelok'* dari ajaran Guru; beberapa murid mendengarkan, menempatkan telinga, menghadirkan pikiran untuk memahaminya, mereka *tidak 'berjalan dan membelok'* dari ajaran Guru.

• Dalam hal ini, para *bhikkhu*, Tathāgata tidak menjadi jengkel dan juga tidak merasakan kejengkelan; tidak bergembira dan tidak merasakan kegembiraan. Setelah menghindari keduanya—kejengkelan dan kegembiraan—dia berdiam dengan keseimbangan, penuh-perhatian dan menyadari sepenuhnya. Inilah, para *bhikkhu*, fondasi untuk *sati* yang kedua...dst.

(iii) Lebih jauh lagi, para *bhikkhu*, ...para muridNya mendengarkan, menempatkan telinga, menghadirkan pikiran untuk memahaminya, mereka tidak '*berjalan dan membelok*' dari ajaran Guru.

• Dalam hal ini, para *bhikkhu*, Tathāgata bergembira dan merasakan kegembiraan. Dia berdiam tidak dipenuhi nafsu, penuh-perhatian dan menyadari sepenuhnya. Inilah, para *bhikkhu*, fondasi untuk *sati* yang ketiga yang orang mulia mempraktikkannya, orang mulia yang mempraktikkannya adalah seorang guru yang layak menasihati sebuah kelompok.

- (2) *Tiga jenis kebencian dan keramahan berkaitan dengan perilaku para murid (di atas) yang telah dilampaui Guru dikatakan sebagai fondasi untuk sati. Artinya adalah sebagai berikut:...*



•—disebut fondasi karena harus didirikan, artinya harus dibuat mengalir/ terjadi. Harus didirikan oleh apa? Oleh *sati*.

*Satipaṭṭhāna* adalah fondasi (yang didirikan) oleh *sati*.

*(tassattho — paṭṭhapetabbato paṭṭhānaṃ, pavattayitabbatoti attho.)*

•(3) Di dalam kalimat, “*Empat satipaṭṭhāna yang telah dikembangkan dan dipraktikkan berulang-ulang membuat tujuh faktor pencerahan menjadi sempurna*” dan seterusnya. Dalam hal ini, yang dikatakan sebagai *satipaṭṭhāna* adalah *sati* itu sendiri.

(“*cattāro satipaṭṭhānā bhāvitā bahulīkatā satta sambojjhaṅge paripūrentī*” *tiādīsu* (ma. ni. 3.147) *pana satiyeva “satipaṭṭhānaṃ” ti vuccati.*)

• Artinya—fondasi adalah sesuatu yang berdiri kokoh; maknanya adalah (*sati*) mengalir “*setelah masuk ke dalam, mengejar dan memancar ke objek.*”

(*tassattho — paṭṭhātīti paṭṭhānaṃ, upaṭṭhāti okkanditvā pakkhanditvā pattharitvā pavattatīti attho*).

• *Sati* itu sendirilah yang disebut *satipaṭṭhana*. Atau, disebut *sati* dalam artian sebagai ingatan; fondasi dalam artian sebagai pelayanan. Jadi, *sati* dan sekaligus juga pelayanan yang disebut *satipaṭṭhāna*. Inilah yang dimaksudkan (untuk definisi yang ketiga). *(satiyeva satipaṭṭhānaṃ. atha vā saraṇatṭhena sati, upaṭṭhānatṭhena paṭṭhānaṃ. iti sati ca sā paṭṭhānaṃ cātipi satipaṭṭhānaṃ. idamidhādhippetam).*

•Lalu, kenapa Buddha mengajarkan hanya empat *satipaṭṭhāna*, tidak kurang tidak lebih? Alasannya adalah demi manfaat untuk mereka yang patuh.

*(kasmā pana bhagavatā cattārova satipaṭṭhānā vuttā anūnā anadhikāti? veneyyahitattā.)*

- Karena mereka yang memiliki perilaku penuh nafsu, perilaku pandangan-salah, yang memiliki kendaraan *samatha* dan memiliki kendaraan *vipassanā*; di antara mereka yang patuh terjadi masing-masing dalam dua berdasarkan kecerdasannya, yaitu tumpul dan tajam.

- Untuk seseorang dengan perilaku penuh nafsu yang tumpul maka perenungan yang kasar, seperti terhadap tubuh adalah *satipaṭṭhāna* sebagai jalan untuk kesuciannya. *(mandassa taṇhācaritassa oḷārikaṃ kāyānupassanāsatipaṭṭhānaṃ visuddhimaggo)*

- Untuk dia yang tajam maka perenungan yang lembut, seperti terhadap perasaan adalah *satipaṭṭhāna* sebagai jalan untuk kesuciannya.



- Juga, untuk seseorang dengan perilaku pandangan-salah yang tumpul maka perenungan terhadap sesuatu yang tidak banyak variasinya, seperti terhadap kesadaran adalah *satipaṭṭhāna* sebagai jalan untuk kesuciannya.

- Untuk dia yang tajam maka perenungan terhadap sesuatu yang banyak variasinya, seperti terhadap *dhamma* adalah *satipaṭṭhāna* sebagai jalan untuk kesuciannya.

• Dan untuk seseorang yang memiliki kendaraan *samatha* yang tumpul, *satipaṭṭhāna* yang pertama adalah jalan untuk kesucian karena (dengan ini) *nimitta* bisa dicapai dengan tanpa kesulitan.

*(samathayānikassa ca mandassa akicchena adhigantabbanimittam paṭhamam satipaṭṭhānam visuddhimaggo)*

- Untuk seseorang yang tajam adalah yang kedua karena ketidakmampuannya “berdiri diam” di dalam objek-objek yang kasar (*tikkhassa oḷārikārammaṇe asaṅṭhahanato dutiyaṃ*).

- Juga untuk seseorang yang memiliki kendaraan *vipassanā* yang tumpul, yang ketiga—yang objeknya tidak banyak variasinya. Untuk yang tajam adalah yang keempat—yang objeknya banyak variasinya.

- Atau, hal ini adalah untuk meninggalkan halusinasi tentang kecantikan, kebahagiaan, kekekalan dan roh

*(subhasukhaniccāttabhāvavipallāsappahānatthaṃ vā)*

• Tidak hanya semata untuk meninggalkan halusinasi tapi juga untuk meninggalkan empat banjir, empat ikatan, noda-batin, belitan, pelekatan dan kelahiran yang salah dan untuk memahami sepenuhnya empat jenis sari

**makanan.** *(na kevalañca vipallāsappahānatthameva, atha kho*

*caturoghayogāsavaganthaupādānāgatipahānatthampi  
catubbidhāhārapariññatthañca)*

Selesai